ஆதித்யஹ்ருதய ஸ்தோத்ரம்

மூலமும் - உரையும்





आदित्यहृदयम्

ஆதித்யஹ்ருதயம்

தொகுத்தவர்
V. ராகவேந்திர ஷர்மா



கிரி

Book Name : AADITYA HRUDAYA STOTRAM
Language : Sanskrit - Tamil with meaning
Copy Right : GIRI TRADING AGENCY PRIVATE LIMITED
Edition : 1st
Reprint : 7th Sept. 2006
Pages : 24
Price : Rs. 8.00
ISBN No. : 81-7950-143-4
Book Size : Crown
Paper : Creamwove
Typesetting,
Wrapper Design,
Published by : GIRI TRADING AGENCY PRIVATE LIMITED
Regd. Office : Modi Niwas, Opp.Post Office, Matunga, Mumbai - 19. ✆ 2414 1344
Admn. Office : 58/2, T.S.V. Koil Street, Mylapore, Chennai - 4. ✆ 2464 3551

Our Branches:

MUMBAI

6, Arjun Co-operative Housing Society, Shiv Mandir Road, Ram Nagar, Near Sagar Dairy, **Dombivili (E)**, Mumbai - 421 201. ✆ (0251) 2861890

Seva Dham "A" Wing, Shripal Nagar, Rajaji Path, Opp. Madrasi Mandir, **Dombivili (E)**, Thane Dist. 421 201. ✆ (0251) 2449585

2, Siddhi Vinayak Apts, Bangur Nagar, **Goregaon (W)**, Mumbai 400 062. ✆ (022) 2876 7298

S.I.E.S. Engineering & Computer College Complex, Anjaneyar Temple, **Nerul**, Navi Mumbai - 400 706. ✆ (022) 32522491

CHENNAI

10, Kapaleeswarar Sannadhi Street, **Mylapore** - 4. ✆ (044) 2464 0376

14 (Old 8), 10th Street, Near Raghavendra Temple, **Nanganallur** - 61. ✆ (044) 22311735

Sri Anantha Padmanabhaswamy Temple, No.2, IInd Main Road, Gandhi Nagar, **Adyar** - 20. ✆ (044) 2445 1976

OTHER CITIES

F6, T.M.House, 92, Thiruvenkatasamy Road, R.S.Puram, **COIMBATORE** - 641 002. ✆ (0422) 2541523

Sri Subramanya Swami Devalayam, Padmarao Nagar, Skandagiri, **SECUNDERABAD** - 500 061. ✆ (040) 27503046

5&146-B, Kamakshi Amman Sannadhi Street, **KANCHIPURAM** - 631 502 ✆ (044) 27224415

15, North Tower Street, (Opp. Mottai Gopuram), **MADURAI** - 625 001. ✆ (0452) 2628090

Email : sales@giritrading.com *Website* : www.giritrading.com

श्री आदित्य-हृदय-स्तोत्रम्

ஆதித்ய-ஹ்ருதய ஸ்தோத்ரம்

शुक्लांबरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम् ।
प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्व विघ्नोपशान्तये ।।

சுக்லாம்பரதரம் விஷ்ணும் சசிவர்ணம் சதுர்புஜம்।
ப்ரஸன்னவதனம் த்யாயேத் ஸர்வவிக்னோப சாந்தயே ॥

प्राणायामः – ப்ராணாயாமம்

ओं भूः, ओं भुवः, ओगुं सुवः, ओं महः, ओं जनः, ओं तपः, ओगुं सत्यं, ओं तत्सवितुर्वरेण्यं, भर्गो देवस्य धीमहि, धियो यो नः प्रचोदयात् । ओमापो ज्योतीरसः, अमृतं ब्रह्म, भूर्भुवस्सुवरोम् ।।

ஓம் பூ:, ஓம் புவ: ஓகும் ஸுவ:, ஓம் மஹ:, ஓம் ஜன: ஓம் தப:, ஓகும் ஸத்யம், ஓம் தத்ஸவிதுர்வரேண்யம், பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி, தியோ யோ ந: ப்ரசோத யாத்। ஓமாபோ ஜ்யோதீரஸ:, அம்ருதம் ப்ரஹ்ம பூர்ப்புவஸ்ஸுவரோம்.॥

सङ्कल्पः– ஸங்கல்ப:

ममोपात्त-समस्त-दुरितक्षयद्वारा श्रीपरमेश्वरप्रीत्यर्थं आदित्यहृदयस्तोत्र-महामन्त्र-जपं करिष्ये ।।

மமோபாத்த–ஸமஸ்த–துரித–க்ஷயத்வாரா ஸ்ரீபரமேச்'வர ப்ரீத்யர்த்தம் ஆதித்யஹ்ருதய–ஸ்தோத்ர–மஹாமந்த்ர–ஜபம் கரிஷ்யே ॥

पूर्वन्यासः – பூர்வந்யாஸ:

अस्य श्री आदित्यहृदयस्तोत्र-महामन्त्रस्य,अगस्त्यो भगवान् ऋषिः अनुष्टुप् छन्दः। आदित्यहृदय-भूतो भगवान् ब्रह्मा देवता।। निरस्त-अशेष-विघ्नतया ब्रह्मविद्यासिद्धौ सर्वत्र जयसिद्धौ च जपे विनियोगः।।

அஸ்ய ஸ்ரீ ஆதித்யஹ்ருதய–ஸ்தோத்ர–மஹா மந்த்ரஸ்ய, அகஸ்த்யோ பகவான் ரிஷி:। அனுஷ்டுப் சந்த:। ஆதித்யஹ்ருதய–பூதோ பகவான் ப்ரஹ்மா தேவதா ॥ நிரஸ்த–அசேஷ–விக்னதயா ப்ரஹ்ம–வித்யா ஸித்தௌ ஸர்வத்ர ஜயஸித்தௌ ச ஜபே விநியோக: ॥

करन्यासः – கரந்யாஸ:

रश्मिमते - अङ्गुष्टाभ्यां नमः। समुद्यते - तर्जनीभ्यां नमः। देवासुरनमस्कृताय - मध्यमाभ्यां नमः। विवस्वते - अनामिकाभ्यां नमः। भास्कराय कनिष्टिकाभ्यां नमः। भुवनेश्वराय करतलकरपृष्टाभ्यां नमः।।

ரச்'மிமதே–அங்குஷ்டாப்யாம் நம:। ஸமுத்யதே தர்ஜனீப்யாம் நம: । தேவாஸுர–நமஸ்க்ருதாய–மத்ய மாப்யாம் நம: விவஸ்வதே அநாமிகாப்யாம் நம: பாஸ்கராய கனிஷ்டிகாப்யாம் நம:। புவனேச்' வராய– கரதலகரப்ருஷ் டாப்யாம் நம: ।

अङ्गन्यासः – அங்கந்யாஸ:

रश्मिमते - हृदयाय नमः । समुद्यते - शिरसे स्वाहा। देवासुरनमस्कृताय - शिखायै वषट्। विवस्वते - कवचाय हुम्। भास्कराय - नेत्रत्रयाय वौषट्। भुवनेश्वराय - अस्त्राय फट्।। भूर्भुवस्सुवरोमिति दिग्बन्धः।।

ரச்'மிமதே ஹ்ருதயாய நம:। ஸமுத்யதே சிரஸே ஸ்வாஹா। தேவாஸுர நமஸ்க்ருதாய சிகாயை வஷட்। விவஸ்வதே கவசாய ஹும் । பாஸ்கராய நேத்ரத்ரயாய வௌஷட் । புவனேச்'வராய அஸ்த்ராய பட் ॥ பூர்ப்புவஸ்ஸுவரோமிதி திக்பந்த: ॥

ध्यानम् - த்யானம்

जयतु जयतु सूर्यं सप्तलोकैकदीपं
किरणशमितपाप क्लेश-दुःखस्य नाशम्।
अरुणकिरण गम्यं आदिं आदित्यमूर्तिं
सकल भुवनवन्द्यं भास्करं तं नमामि ।।

ஜ^{3}யது ஜ^{3}யது ஸூர்யம் ஸப்தலோகைகதீ^{3}பம் ।
கிரணச'மித–பாப–க்லேச' து^{3}:க^{3}ஸ்ய நாச'ம் ॥
அருணகிரண க^{3}ம்யம் ஆதி^{3}ம் ஆதி^{3}த்யமூர்த்திம் ।
ஸகல பு^{4}வனவந்த்^{3}யம் ப^4ாஸ்கரம் தம் நமாமி ॥

நமது பாபங்களையும், வேதனை முதலான துயரங்கள் எல்லா வற்றையும், தமது கிரணங்களாலேயே போக்கக் கூடிய சக்தியுடைய வரும், ஏழு உலகங்களுக்கும் விளக்கு (ஜோதி) போன்றவரான ஸூர்யன், பொலிவுடன் விளங்கட்டும். அருணனின் கதிர்களோடு கூடியவரும், ஆதியான வரும், உலகங்களெல்லாம் வணங்குவதற்கு உரியவரும், ஒளியூட்டித் திகழ்பவரும் ஆன ஆதித்ய தேவனை வணங்கி வழிபடுகிறேன்.

प्रत्नस्य विष्णो रूपं च सत्यर्तस्य च ब्रह्मणः।
अमृतस्य च मृत्योश्च सूर्य-मात्मान-मीमहि ।।

ப்ரத்னஸ்ய விஷ்ணோ ரூபஞ்ச ஸத்யர்தஸ்ய ச ப்ரஹ்மண: ।
அம்ருதஸ்ய ச ம்ருத்யோச்ச ஸூர்ய–மாத்மான–மீமஹி ॥

पञ्चपूजा - பஞ்சபூஜா

लं - पृथिव्यात्मने गन्धं समर्पयामि।
यं - वाय्वात्मने धूपमाघ्रापयामि।
वं - अमृतात्मने अमृतं महानैवेद्यं निवेदयामि।
हं - आकाशात्मने पुष्पैः पूजयामि।
रं - अग्न्यात्मने दीपं दर्शयामि ।
सं - सर्वात्मने सर्वोपचारपूजां समर्पयामि ।।

லம் – ப்ருதிவ்யாத்மனே கந்தம் ஸமர்ப்பயாமி।
ஹம் – ஆகாசாத்மனே புஷ்பை: பூஜயாமி।
யம் – வாய்வாத்மனே தூபமாக்ராபயாமி।
ரம் –அக்ன்யாத்மனே தீபம் தர்சயாமி।
வம் – அம்ருதாத்மனே அம்ருதம் மஹா நைவேத்யம் நிவேதயாமி।
ஸம் – ஸர்வாத்மனே ஸர்வோபசார பூஜாம் ஸமர்ப்பயாமி ॥

ஸ்ரீ ஆதித்ய ஹ்ருதயத்தின் மஹிமை

ஸூர்ய பகவானுக்கு உரிய ஸ்தோத்ரங்கள் பல உண்டு. அவைகளில், ஸ்ரீமத் வால்மீகி ராமாயணத்தில் 107 ஆம் ஸர்க்கத்தில் அமைந்த "ஆதித்ய ஹ்ருதயம்" என்னும் ஸ்தோத்ரம் மிகவும் முக்யமானது என்றால் மிகையாகாது. இது சிறப்பானது மட்டுமல்ல; மந்த்ரத்திற்கு ஒப்பானது. இதை எவர் படித்தாலும், கேட்டாலும், பாராயணம் செய்தாலும், அவர்களுக்கு நிச்சயமாக ஆரோக்யம் உண்டாகும். ஆயுள்வளரும். அன்றாடம் வாழ்க்கையில் வெற்றியைத் தேடித் தரும். ஸகல ஸௌபாக்யங்களும் அளிக்கும். ஐஸ்வர்யங்களைத் தரும். புத்ராதிகளையும் கொடுக்கும். எல்லாச் செயல்களிலும் ஜெயத்தைத் தேடித்தரும் என்பது உறுதி. மேலும், ஸ்ரீராகவன் அருளும் கிடைக்கும். அகஸ்த்யரின் அனுக்ரஹமும் சேரும். கண்பார்வை நன்றாக தெரியும்.

ஸ்ரீராமபிரானுக்கும், ராவணனுக்கும் போர் நடக்கையில் அகஸ்த்யமாமுனிவர் இந்த மந்த்ரத்தை ஸ்ரீராமபிரான் வெற்றி வாகை சூடவேண்டி உபதேசித்தருளினார். "இதை மூன்று முறை ஜபித்தால் நீ இந்தப் போரில் இராவணனை வெல்லலாம்" என்று கூறியருளினார். ஸ்ரீராமன் அப்படியே செய்து, வெற்றியும் பெற்றார். ஆகவே, இந்த ஸ்தோத்ரத்தை தினந்தோறுமோ அல்லது கஷ்டம் வரும்போதோ, விபத்துக் காலத்திலோ, காட்டுப்பாதையில் செல்லும்போதோ, பயம் எதிலாவது, எங்காவது, எப்போதாவது உண்டாகும்போதோ, பக்தி ச்ரத்தையோடு, பாராயணம் செய்து வந்தால், யாராயிருப்பினும் அவர் நன்மை அடைவது திண்ணம் என்பதாக அம்முனிவரே உறுதியுடன் கூறியுள்ளதை உணரலாம். இதில் அகஸ்தியர் வேதங்களின் ஸாரமான பொருள்களைத் தொகுத்துக் கொடுத்திருக்கிறார்.

அன்று, ராமாயணப்போரின் போது, ஆதித்ய ஹ்ருதயம் என்னும் வேத சாஸ்த்ர மந்த்ரத்தை – ரஹஸ்யத்தை, ராமபிரானுக்கு அகஸ்த்யர் உபதேசித்தார். பிறகு பாரதப் போரின்போது கண்ணபிரான் கீதையை அர்ஜுனனுக்கு உபதேசித்தார். இங்கு ஸூர்யன் என்னும் தேவதையை மகிழ வைத்து அவர் வழியாக ஸூர்ய மண்டல மத்தியில் பிரகாசமாக விளங்குகின்ற பரப்ரஹ்ம மான ஸ்ரீமந்நாராயணனையும், சிவ பிரானையும் வழிபட்டு, அவரது ப்ரஸாதத்தையும் ஸம்பாதித்துத் தந்து, அதிலிருந்து ஹ்ருதய குகையில் வாஸம் செய்யும் நிர்குண ப்ரஹ்மத்தையும் ஸாக்ஷாத் காரம் செய்ய ஏதுவாகிறபடியால், இந்த ஸ்தோத்ரம் "ஆதித்ய ஹ்ருதய ஸ்தோத்ரம்" எனப்படுகிறது. எனவே, இந்த ஸ்தோத் திரத்தை அனைவரும் பாராயணம் செய்து ஸூர்ய பகவானின் அனுக்கிரஹம் பெற வேண்டுகிறோம்.

स्तोत्रम् - ஸ்தோத்ரம்

ततो युद्ध-परिश्रान्तं समरे चिन्तया स्थितम् ।
रावणं चाग्रतो दृष्ट्वा युद्धाय समुपस्थितम् ।।
दैवतैश्च समागम्य द्रष्टुं अभ्यागतो रणम् ।
उपागम्याब्रवीद् रामम् अगस्त्यो भगवान् ऋषिः ।।

ததோ யுத்3த4 பரிச்'ராந்தம்
ஸமரே சிந்தயா ஸ்த்தி2தம்।
ராவணம் சாக்3ரதோ த்3ருஷ்ட்வா
யுத்தா4ய ஸமுபஸ்தி2தம்।।
தை3வதைச்'ச ஸமாக3ம்ய
த்3ரஷ்டும் அப்4யாக3தோ–ரணம்।
உபாக3ம்யாப்3ரவீத்3 ராமம்
அக3ஸ்த்யோ ப4க3வான் ரிஷி:।।

எல்லா தேவர்களோடும் சேர்ந்து யுத்தத்தைப் பார்ப்பதற்காக அங்கு வந்திருந்த அகஸ்த்ய மாமுனிவர், அந்த நேரத்தில் யுத்தம் செய்ததால் களைப்பை அடைந்து, அந்தப் போரின் காரணத்தால் மிகுந்த வேதனையுடன் நின்ற வண்ணமிருந்த, தசமுகனான ராவணனைத் தம் எதிரே கண்டு மறுபடியும் யுத்தம் செய்யும் நோக்கோடு ஸந்நத்தரா யிருக்கிற ஸ்ரீராகவனின் அருகே சென்று, இவ்வாறு கூறலானார். (1, 2)

राम राम महाबाहो श्रृणु गुह्यं सनातनम् ।
येन सर्वानरीन् वत्स समरे विजयिष्यसि ।।

ராம ராம மஹா பா3ஹோ ச்'ருணு கு3ஹ்யம் ஸநாதனம்।
யேன ஸர்வா–நரீன் வத்ஸ ஸமரே விஜ3யிஷ்யஸி॥

உலகையெல்லாம் மகிழ்விப்பவனே, விசாலமான தோள்களையுடையவனே! குழந்தாய் ராமா! நீ ஸர்வ சத்ருக்களையும் ஜெயித்து, வெற்றி பெறுவதற்கு எந்த உபாய முண்டோ அந்த ரஹஸ்யமான உபாயத்தைச் சொல்கிறேன் கேட்பாயாக. 3

आदित्यहृदयं पुण्यं सर्वशत्रुविनाशनम् ।
जयावहं जपेन् नित्यं-अक्षय्यं परमं शिवम् ।।

ஆதி3த்ய ஹ்ருத3யம் புண்யம் ஸர்வ ச'த்ரு விநாச'னம்।
ஜ3யாவஹம் ஜ3பேன் நித்யம் அக்ஷய்யம் பரமம் சி'வம்॥

ஸ்ரீஆதித்ய ஹ்ருதயமானது மிக புண்யமானது. எல்லா சத்ருக்களையும் ஜெயிக்க வல்லது, எல்லா காரியங்களிலும் வெற்றியைத் தரவல்லதுமான இந்த ஆதித்ய ஹ்ருதய ஸ்தோத்ரத்தை தினமும் ஜபிப்பவருக்கு ஸகல நன்மைகளும் வந்தடையும். 4

सर्वमङ्गल-माङ्गल्यं सर्वपापप्रणाशनम् ।
चिन्ता-शोक-प्रशमनं-आयुर्वर्धन-मुत्तमम् ।।

ஸர்வமங்க3ள மாங்க3ல்யம் ஸர்வபாப ப்ரணாச'னம்।
சிந்தாசோ'க ப்ரச'மனம் ஆயுர்வர்த்3த4ன–முத்தமம்॥

மங்களகரமானதும், மாங்கல்யம் முதலிய எல்லா நலன்களையும் தரவல்லதும், எல்லா விதமான பாவங்களையும் உறுதியாக அழிக்கக்கூடியதும், மன வேதனையையும், துயரங்களையும் போக்கடிப்பதும், ஆயுளை அதிகரிக்கக்கூடியதும், சிறப்புடையதும் ஆகும். 5

रश्मिमन्तं समुद्यन्तं देवासुर-नमस्कृतम् ।
पूजयस्व विवस्वन्तं भास्करं भुवनेश्वरम् ।।

ரச்'மிமந்தம் ஸமுத்3யந்தம் தே3வாஸுர நமஸ்க்ருதம்।
பூஜ3யஸ்வ விவஸ்வந்தம் ப4ாஸ்கரம் பு4வனேச்'வரம்॥

கதிர்களோடு சேர்ந்தே உதயமாகிறவரும், தேவர்கள், அஸுரர்கள் அனைவராலும் வணங்கப்படுபவரும், மூவுலகுக்கும் ஒளியைக் கொடுப்பவரும், உலகத்துக்குத் தலைவரும் ஆன சூரிய தேவனை வழிபடுவாயாக. 6

सर्वदेवात्मको ह्येषः तेजस्वी रश्मिभावनः ।
एष देवासुरगणाल्लोकान् पाति गभस्तिभिः ।।

ஸர்வதே3வாத்மகோ ஹ்யேஷ: தேஜ3ஸ்வீ ரச்'மிப4ாவன:।
ஏஷ தே3வாஸுரக3ணான் லோகான் பாதி க3ப4ஸ்திபி4:॥

ஸூர்ய பகவான் எல்லா தேவதைகளின் உருவமாக அவதரித்தவர்; தேஜஸ்வரூபமானவர்; கதிர்களை வீசுபவர்; இவர் தேவர்கள், அஸுரர்கள் இவர்களது ஸமூஹங்களையும், உலகங்கள் அனைத்தையும் தம்முடைய கதிர்களால் காத்து வருகிறவர். 7

एष ब्रह्मा च विष्णुश्च शिवः स्कन्दः प्रजापतिः ।
महेन्द्रो धनदः कालो यमः सोमो ह्यपाम्पतिः ।।

ஏஷ ப்3ரஹ்மா ச விஷ்ணுச்'ச சி'வ: ஸ்கந்த3: ப்ரஜ3ாபதி:।
மஹேந்த்3ரோ த4னத3: காலோ யமஸ்ஸோமோ-ஹ்யபாம்பதி:॥

இவரே ப்ரஹ்மன், விஷ்ணு, சிவபிரான், கந்தப் பெருமான், ப்ரஜாபதி தேவதை, இந்த்ரன், குபேரன், காலதேவன், யமதர்மன், ஸோமன் மற்றும் ஜலத்துக்கு அதிதேவதையான வருணனும் ஆவார். 8

पितरो वसवः साध्या ह्यश्विनौ मरुतो मनुः ।
वायुर्वह्निः प्रजाप्राणः ऋतुकर्ता प्रभाकरः ।।

பிதரோ வஸவ: ஸாத்^{4}யா
ஹ்யச்'விநௌ மருதோ மநு:।
வாயுர்–வஹ்நி: ப்ரஜ^3ாப்ராண:
ருதுகர்தா ப்ரப^4ாகர:॥

இவரே பித்ருக்கள், எட்டு வஸுக்கள், ஸாத்யபுருஷர்கள், அச்வினீ தேவர்கள், மருத்துக்கள், மனு, வாயு தேவன், அக்னி தேவன், உலக மக்களது உயிர், ஆறு வகையான ருதுக்களை அதாவது பருவ காலங்களை உண்டாக்குபவர், மற்றும் ஒளியூட்டித் திகழ்பவர். 9

आदित्यः सविता सूर्यः खगः पूषा गभस्तिमान् ।
सुवर्णसदृशो भानुर्हिरण्यरेतो दिवाकरः ।।

ஆதி^{3}த்ய: ஸவிதா ஸூர்ய:
க^{2}க^3: பூஷா க^{3}ப^{4}ஸ்திமான்।
ஸுவர்ண ஸத்^{3}ருசே'ா ப^4ானுர்
ஹிரண்யரேதோ தி^{3}வாகர:॥

இவர் அதிதியின் புதல்வராதலால் ஆதித்யன் எனும் பெயர் பெற்றார். இவரே படைப்புக்குரிய ஸவிதா; செயல்களைச் செய்யத் தூண்டுகிற ஸூர்யன்; விண்ணில் ஸஞ்சரிக்கும் ககன்; மாரியால் காப்பவனாம் பூஷா; கதிர்களைக் கொண்ட கபஸ்திமான்; தங்கம் போலே மின்னும் ஸுவர்ண ஸத்ருசன், தங்கமாகும் ப்ரஹ்மாண்டத்தைத் தோற்றுவித்த பானு, பொற்கிரணன் ஹிரண்யரேதா பகலை உண்டாக்குகிற திவாகரன். 10

हरिदश्वः सहस्रार्चिः सप्तसप्तिर्मरीचिमान् ।
तिमिरोन्मथनः शम्भुस्त्वष्टा मार्ताण्ड अंशुमान् ।।

ஹரித^{3}ச்'வ: ஸஹஸ்ரார்சி:
ஸப்தஸப்திர் மரீசிமான்।
திமிரோன்மத^{2}ன: சம்பு^{4}:
த்வஷ்டாமார்தாண்ட^{3} அம்சு'மான்॥

இவரே பசியதாம் குதிரைகளைக் கொண்டவர். ஆயிரம் கதிர்களைக் கொண்டவர். 'ஸப்த' என்னும் குதிரையை கொண் டவர். கதிர்க்கற்றைகளைக் கொண்டவர். அந்தகாரமாகிற இருட்டினைப் போக்குபவர். மங்களத்தைத் தருபவர். எல்லா வற்றையும் அழிக்கின்றவர். அழிக்கின்ற வைகளை மறுபடி உண்டாக்கத் தோன்றியவர், ஒளியுடன் கூடியவர். 11

हिरण्य गर्भः शिशिरस्तपनो भास्करो रविः ।
अग्निगर्भोऽदितेः पुत्रः शङ्खः शिशिरनाशनः ।।

ஹிரண்ய க^{3}ர்ப^{4}:சி'சி'ரஸ்—
தபனோ ப^{4}ாஸ்கரோ ரவி:।
அக்^{3}னிக^{3}ர்ப்பே^{4}ாऽதி^{3}தே: புத்ர
ச'ங்க^{2}: சி'சி'ரநாச'ன:॥

இவரே ப்ரஹ்மாண்டத்தினுள்ளே திகழும் ஹிரண்ய கர்ப்பர்; தன்னைத் தஞ்சம் என்று வந்தடைந்தவர்களைக் குளிரச் செய்பவர்; தாபத்தினால் தஹிப்பவர்; ப்ரகாசத்தைக் கொடுப்பவர்; பல்லோராலும் தோத்திரம் செய்யப்பட்டவர்; அக்னியைத் தமதுள்ளே அடக்கமாக வைத்துக்கொண்டவர்; அதிதியின் புதல்வர்; மாலை வேளையில் தாபம் தணிந்தவர்; பனியைப் போக்குபவர். 12

व्योमनाथस्तमोभेदी ऋग्यजुस्सामपारगः ।
घनवृष्टिरपां मित्रो विन्ध्यवीथी प्लवङ्गमः ।

வ்யோமநாத2ஸ் தமோபே4தீ3
ருக்3யஜு3ஸ் ஸாமபாரக3:।
க4னவ்ருஷ்டி–ரபாம் மித்ரோ
விந்த்4ய வீதி2ப்லவங்க3ம:॥

இவரே விண்ணின் தலைவர், தாமஸகுணம் என்னும் இருளை விலக்குபவர். ருக், யஜுர், ஸாமம் ஆகிய வேதங்களைக் கடந்தவர். அடர்ந்த மழையைத் தருபவர், நீருக்குற்ற தோழர், விந்த்ய பர்வதத்தின் வழியாகச் செல்ப்வர், விண் வெளியில் பயணம் செய்பவர். 13

आतपी मण्डली मृत्युः पिङ्गलः सर्वतापनः ।
कविर्विश्वो महातेजा रक्तः सर्व-भवोद्भवः ।।

ஆதபீ மண்ட3லீ ம்ருத்யு:
பிங்க3ள: ஸர்வ தாபன:।
கவிர் விச்'வோ மஹாதேஜா3
ரக்த: ஸர்வ ப4வோத்3ப4வ:॥

இவரே வெப்பமாகக் கொளுத்துபவர்; உருண்டை வடிவானவர்; விரோதிகளை நாசம் செய்பவர்; தங்க வண்ணம் போன்றவர்; எல்லாவற்றையும் கொளுத்துபவர்; கவியாக இருப்பவர்; பலராலும் புகழப்பட்டவர்; உலகமாக உருக்கொண்டவர்; மிகுந்த ஒளி உள்ளவர்; எ்ல்லோரிடத்திலும் அனுராகம் கொண்டவர். உலகம் உண்டாவதற்குக் காரணமாக இருப்பவர். 14

नक्षत्र-ग्रह-ताराणा-मधिपो विश्वभावनः ।
तेजसामपि तेजस्वी द्वादशात्मन् नमोऽस्तु ते ।।

நக்ஷத்ர க்3ரஹ தாராணா
மதி4போ விச்'வப4ாவன:।
தேஜ3ஸாமபி தேஜ3ஸ்வீ
த்3வாத3ச'ாத்மன் நமோSஸ்துதே॥

இவரே விண்மீன்கள், க்ரஹங்கள் முதலிய தாரகைக் கூட்டங்களுக்குத் தலைவர்; உலகை நிலையாக நிற்கச் செய்பவர்; காந்திக்கும் காந்தியானவர்; பன்னிரு உருவங் களைத் தாங்கிய (இந்த்ரன், பகன், தாதா, அர்யமா, பூஷா, மித்ரன், வருணன், விஷ்ணு, அர்ச்சிஸ், விவஸ்வான், த்வஷ்டா, ஸவிதா ஆகிய 12 ஆதித்தர்கள்) உமக்கு எங்களது வணக்கங்கள் உரித்தாகுக. 15

नमः पूर्वाय गिरये पश्चिमायाद्रये नमः ।
ज्योतिर्गणानां पतये दिनाधिपतये नमः ।।

நம: பூர்வாய கி3ரயே
பச்'சிமாயாத்3ரயே நம:।
ஜ்3யோதிர்–க3ணானாம் பதயே
தி3னாதி4பதயே நம:॥

கிழக்கில் உள்ள பர்வதத்தில் உதயமாகும் உங்களுக்கு வணக்கம். மேற்கில் இருக்கும் மலைகளின் பின்னால் அஸ்தமிக்கும் உமக்கு வணக்கம். ஜோதிஸமூகங்களுக்குத் தலைவனும், பகலுக்குத் தலைவனுமான உங்களுக்கு வணக்கம். 16

जयाय जय भद्राय हर्यश्वाय नमो नमः ।
नमो नमः सहस्रांशो आदित्याय नमो नमः ।।

ஜ3யாய ஜ3யப4த்3ராய ஹர்யச்'வாய நமோ நம:।
நமோ நம: ஸஹஸ்ராம்சோ' ஆதி3த்யாய நமோ நம:॥

ஜெயமே உருவானவரும், ஜெயமும், நலமும் கொடுப்ப வரும், பசிய குதிரைகளைக் கொண்டவரும் ஆன உங்க ளுக்கு மீண்டும் மீண்டும் நமஸ்காரம். ஆயிரம் கதிர்களைக் கொண்டவரே, அதிதி தேவரின் புதல்வரே! உங்களுக்கு மறுபடியும், மறுபடியும் வணக்கம்
செய்கிறோம். 17

नम उग्राय वीराय सारङ्गाय नमो नमः ।
नमःपद्मप्रबोधाय मार्ताण्डाय नमो नमः ।।

நம உக்3ராய வீராய ஸாரங்க3ாய நமோ நம:।
நம: பத்3மப்ரபே3ாத4ாய மார்த்தாண்ட3ாய நமோ நம:॥

மிகவும் உக்ரமான தன்மை உடையவரும், வீரம் செறிந்த வரும், தடையின்றி விண்வெளியில் செல்பவருமாகிய உங்களுக்கு, மேலும் மேலும் நமஸ்காரம். தாமரை மலர்களை மலரும்படிச் செய்பவரும், மார்த்தாண்டன் என்பவரும் ஆன உங்களுக்கு மீண்டும் மீண்டும்
நமஸ்காரம். 18

ब्रह्मेशानाच्युतेशाय सूर्यायादित्यवर्चसे ।
भास्वते सर्वभक्षाय रौद्राय वपुषे नमः ।।

ப்3ரஹ்மேச'ானாச்யுதேச'ாய ஸூர்யாயாதி3த்யவர்சஸே।
ப4ாஸ்வதே ஸர்வப4க்ஷாய ரௌத்3ராய வபுஷே நம:॥

மும்மூர்த்திகளான ப்ரஹ்மா, விஷ்ணு, சிவன் மூவரும் சேர்ந்து ஆதித்ய ஸ்வரூபராகி, பரம தேஜஸ்ஸுடனும் விளங்கி வருகிறீர்கள். எல்லா ஜீவராசிகளையும் தன்னகத்தே ஒடுங்கச் செய்யும் ருத்திர
மூர்த்தியாகவும் இருக்கும் உங்களுக்கு நமஸ்காரம். 19

तमोघ्नाय हिमघ्नाय शत्रुघ्नायामितात्मने ।
कृतघ्नघ्नाय देवाय ज्योतिषां पतये नमः ।।

தமோக்4னாய ஹிமக்4னாய
ச'த்ருக்4னாயாமிதாத்மனே।
க்ருதக்4னக்4னாய தே4வாய
ஜ்3யோதிஷாம் பதயே நம:॥

இருளினை அழிப்பவரும், பனியை விலக்குபவரும், சத்ருக்களை நாசம் செய்பவரும், கற்பனைக்கெட்டாத உருவம் உள்ளவரும் நன்றி கொன்றவர்களைக் கொல்பவரும், தேவனும், ஒளிக் கூட்டங்களுக் கெல்லாம் தலைவனும், ஜோதிடர்களின் தலைவராகவும் விளங்கும் உமக்கு நமஸ்காரம். 20

तप्तचामीकराभाय वह्नये विश्वकर्मणे ।
नमस्तमोऽभिनिघ्नाय रुचये लोकसाक्षिणे ।।

தப்தசாமீகராப4ாய
வஹ்னயே விச்'வ கர்மணே।
நமஸ்தமோऽபி4நிக்4னாய
ருசயே லோகஸாக்ஷிணே॥

காய்ச்சி உருகும்படி செய்யப்பட்ட தங்கத்தைப்போலே காந்தி யுடன் மிளிர்பவரும், தீப்பிழம்பானவரும், உலகத்துச் செயல் களனைத்தையும் செய்பவரும், இருளையெல்லாம் ஓட்டுபவரும், காந்தியாக இருப்பவரும், உலகங்களுக் கெல்லாம் நேரடிக்காட்சி தருபவரும், லோக ஸாக்ஷியாக நிற்பவரும் ஆனவருக்கு வணக்கம். 21

नाशयत्येष वै भूतं तदेव सृजति प्रभुः ।
पायत्येष तपत्येष वर्षत्येष गभस्तिभिः ।।

நாச'யத்யேஷ வை பூ4தம் ததே3வ ஸ்ருஜ3தி ப்ரபு4:।
பாயத்யேஷ தபத்யேஷ வர்ஷத்யேஷ க3ப4ஸ்திபி4:॥

இவர் பஞ்ச பூதங்களாலான உலகை அழிக்கவும் படைக்கவும் வல்லமை பொருந்திய பிரபு (கருணை கொண்டவர்) ஆவார். தன்னுடைய ஒளிக்கதிர்களால் நீரை அருந்துபவர் இவரே. வெப்பத்தைப் பரவச் செய்பவரும் இவரே. இவரே மேகமாகி மழையாகவும் பொழிகிறார். 22

एष सुप्तेषु जागर्ति भूतेषु परिनिष्ठितः ।
एष एवाग्निहोत्रं च फलं चैवाग्निहोत्रिणाम् ।।

ஏஷ ஸுப்தேஷு ஜ3ாக3ர்தி பூ4தேஷு பரிநிஷ்ட்டி2த:।
ஏஷ ஏவாக்3னிஹோத்ரம் ச ப2லம் சைவாக்னிஹோத் ரிணாம்॥

உயிர்கள் உறங்குகையில் இவர் உள்ளத்துள்ளிருந்து விழிப்புடன் இருக்கிறார். அக்னி வடிவாகவும் ஹோமம் செய்வோருக்கு அக்னியில் இருந்து கொண்டு நற்பயனை யும் அளிக்கிறார். 23

वेदाश्च क्रतवश्चैव क्रतूनां फ़लमेवं च ।
यानि कृत्यानि लोकेषु सर्व एष रविःप्रभुः ।।

வேத3ாச்'ச க்ரதவச்'சைவ க்ரதூனாம் ப2லமேவ ச।
யானி க்ருத்யானி லோகேஷு ஸர்வ ஏஷ ரவி: ப்ரபு4:॥

வேதங்களாகவும், வேள்விகளாகவும், வேள்விகளுக் குகந்த பலன்களை அளிப்பவரும், உலக இயக்கம் யாவுக்கும் காரணகர்த் தாவாகவும், ஸாக்ஷி பூதராகவும் இவரே இருக்கிறார்.

24

एन मापत्सु कृच्छ्रेषु कान्तारेषु भयेषु च ।
कीर्तयन् पुरुषः कश्चिन्नावसीदति राघव ।।

ஏனமாபத்ஸு க்ருச்2ரேஷு காந்தாரேஷு ப4யேஷு ச ।
கீர்த்தயன் புருஷ: கச்சின்–நாவஸீத3தி ராக4வ ॥

ஏ ராகவா! எவராகிலும், தங்களை துன்பம் தீண்டும் போதும், ஆபத்துக்கள் அணுகும்போதும், யாத்ராக் காலத்தில் விக்னங்கள் (தடைகள்) ஏற்படும் போதும், தற்செயலாக உண்டாகும் பயம் வரும் போதும். இந்த ஆதித்ய ஹ்ருதயத்தை பயபக்தியுடன் சொல்வார்களேயானால் எல்லாத் துன்பங்களில் இருந்தும் விடுபட்டு, எந்தவிதச் தளர்ச்சியு மின்றி, வாழ்க்கைப் பாதையில் முன்னேறுவார்கள். 25

पूजयस्वैन-मेकाग्रो देवदेवं जगत्पतिम् ।
एतत्त्रिगुणितं जप्त्वा युद्धेषु विजयिष्यसि ।।

பூஜ3யஸ்வைன மேகாக்3ரோ தே3வதே3வம் ஜ3க3த்பதிம் ।
ஏதத் த்ரிகு3ணிதம் ஜ3ப்த்வா யுத்3தே4ஷு விஜ3யிஷ்யஸி॥

ஏகாக்ர சித்தத்துடன் (ஒருமனதுடன்) தேவாதி தேவனும், உலகத்தை ஆள்பவனும் ஆன ஸூர்ய பகவானை, பக்தி– யுடன் பூஜித்து (தியானித்து) இந்த ஸ்தோத்ரத்தையும் முறை (பாராயணம்) ஜபித்து வந்தால் வெற்றி நிச்சயம். 26

अस्मिन् क्षणे महाबाहो रावणं त्वं वधिष्यसि ।
एवमुक्त्वा तदाऽगस्त्यो जगाम च यथागतम् ।।

அஸ்மின்க்ஷணே மஹாபாஹோ ராவணம் த்வம் வதிஷ்யஸி।
ஏவமுக்த்வா தத3ாக3ஸ்த்யோ ஜ3க3ாம ச யத2ாக3தம்॥

ஹே ஸ்ரீராமா! இத்தருணம் ஸ்ரீ ராவணனை வதம் செய்வாயாக. இவ்விதம் கூறிவிட்டு அகஸ்திய மஹரிஷி வந்த வழியே சென்றார். 27

एतच्छ्रुत्वा महातेजा नष्टशोकोऽभवत् तदा ।
धारयामास सुप्रीतो राघवः प्रयतात्मवान् ।।

ஏதச் ச்2ருத்வா மஹாதேஜ3ா நஷ்டசோகோऽ ப4வத்த த3ா।
த4ாரயாமாஸ ஸுப்ரீதோ ராக4வ: ப்ரயதாத்மவான்॥

அகஸ்தியரின் வாயிலாக, ஆதித்ய ஹ்ருதயத்தினை உபதேசம் பெற்ற (அதி தேஜஸ்வியான) ஸ்ரீராமபிரான் துயரங்களிலிருந்து விடுபட்டு மகிழ்வுடனிருந்தார். 28

आदित्यं प्रेक्ष्य जप्त्वा तु परं हर्ष-मवाप्तवान् ।
त्रिराचम्य शुचिर्भूत्वा धनुरादाय वीर्यवान् ।।

ஆதி3த்யம் ப்ரேக்ஷ்ய ஜ3ப்த்வா து பரம் ஹர்ஷ மவாப் தவான்।
த்ரிராசம்ய சுசிர்–பூ4த்வா த4னுராத3ாய வீர்யவான்॥

இராமபிரான் ஸூர்ய பகவானை அனுப்பிவிட்டு, மூன்று முறை ஆசமனம் செய்து, தூயவனாகி, வில்லேந்திய வண்ணம் ஜபம் செய்து, பரமானந்தமடைந்தார். 29

रावणं प्रेक्ष्य हृष्टात्मा युद्धाय समुपागमत् ।
सर्वयत्नेन महता वधे तस्य धृतोऽभवत् ।।

ராவணம் ப்ரேக்ஷ்ய ஹ்ருஷ்டாத்மா
யுத்3தா4ய ஸமுபாக3மத்।
ஸர்வயத்னேன மஹதா–
வதே4தஸ்ய த்4ருதோऽப4வத்॥

இராமபிரான், மனமகிழ்ச்சியுடன் லங்கேச்வரனான ராவணனைக் கண்டு, போருக்கு ஆயத்தமாகி வந்து சேர்ந்தார். மிகுதியான எல்லாவகை முயற்சியைக் கொண்டு, அந்த ராவணனை வதம் செய்வதிலே திண்ணியராக ஆனார். 30

अथ रवि-रवदन्निरीक्ष्य रामं मुदितमनाः परमं प्रहृष्यमाणः ।
निशिचर-पति-संक्षयं विदित्वा सुरगण मध्यगतो वचस्त्वरेति ।।

அத2ரவி–ரவத3ந்–நிரீக்ஷ்ய ராமம்
முதி3த–மனா: பரமம் ப்ரஹ்ருஷ்யமாண: ।
நிசி'சரபதி–ஸம்க்ஷயம் விதி3த்வா
ஸுரக3ண–மத்4யக3தோ வசஸ்த்வரேதி ॥

அதற்குப் பிறகு, தேவர்களது ஸமூஹங்களில் இடையே இருந்த ஸூர்யதேவன் மிக்க மகிழ்ச்சியடைந்து, ஸ்ரீராமபிரானைப் பார்த்து, அஸுரர்களின் தலைவனான ராவணனுடைய அழிவை ஊர்ஜிதப் படுத்தி, அருள்பாலித்து "விரைந்து முடிப்பாயாக" என்று சொல்லி யருளினார். 31

सूर्यं सुन्दरलोकनाथ-ममृतं वेदान्तसारं शिवं
ज्ञानब्रह्ममयं सुरेशममलं लोकैक चित्तस्वयम् ।
इन्द्रादित्य-नराधिपं सुरगुरुं त्रैलोक्य चूडामणिं
ब्रह्मा विष्णु शिवस्वरूप-हृदयं वन्दे सदा भास्करम् ।।

ஸூர்யம் ஸுந்த3ரலோகநாத2 மம்ருதம் வேத3ாந்தஸாரம் சி'வம்
ஜ்ஞான ப்2ரஹ்மமயம் ஸுரேச'மமலம் லோகைக சித்தஸ்வயம்।
இந்த்3ராதி3த்ய நராதி4பம் ஸுரகு3ரும் த்ரைலோக்ய சூட3ாமணிம்
ப்3ரஹ்மா விஷ்ணு சி'வ–ஸ்வரூப–ஹ்ருத3யம் வந்தே3ஸத3ா பா4ஸ்கரம்॥

ஸூர்யதேவனும், அழகுமிகும் உலகநாயகனும், அம்ருதம் போன்றவரும், வேதாந்தமாகிற உபநிஷத்துக்களின் ஸாரமான வரும், மங்களத்தைக் கொடுப்பவரும், க்ஞான ப்ரஹ்மஸ்வரூபனும், தேவர் தலைவனும், நிர்மலமானவரும், உலக நடவடிக்கை யொன்றி லேயே ஈடுபட்டவரும், இந்த்ரன், ஆதித்யர், நரர்கள் இவர்களது தலைவனும், தேவகுருவும், மூவுலகிற்கும் சூடாமணி போன்றவரும், ப்ரஹ்மன், விஷ்ணு, சிவன் ஆகியோரது வடிவத்தை இதயத்தில் தாங்கியிருப்பவரும், எங்கும் ஒளியூட்டித் திகழ்பவருமான ஸூர்ய பகவானை நான் எப்பொழுதும் வணங்கி வழிபடுகிறேன். 32

भानो भास्कर मार्ताण्ड चण्डरश्मे दिवाकर ।
आयु-रारोग्य-मैश्वर्यं श्रियं पुत्रांश्च देहि मे ।।

ப^{4}ானோ ப^{4}ாஸ்கர மார்த்தாண்ட^{3}
சண்ட^{3}ரச்'மே தி^{3}வாகர।
ஆயுராரோக்^{3}ய—மைச்'வர்யம்
ச்ரியம் புத்ராம்ச்ச தே^{3}ஹி மே॥

ஹேபானுதேவனே! ஒளியூட்டும் பாஸ்கரனே! மார்த்தாண்டனே! கடுங்கதிர்களையுடையவனே! பகலோனே! எமக்கு ஆயுளையும், ஆரோக்கியத்தையும், ஐச்வர்யத்தையும், செல்வங்களையும், பிள்ளைகளையும், கொடுத்தருள்வீராக. 33

छाया सुवर्चलाम्बा समेत श्रीसूर्यनारायण स्वामिने नमः

சாயா ஸுவர்சலாம்பா ஸமேத
ஸ்ரீஸூர்யநாராயண ஸ்வாமினே நம:

श्रीमद्वाल्मीकिप्रणीते आदिकाव्ये श्रीमद् रामायणे
युद्धकाण्डे १०७ सर्गे आदित्यहृदयं सम्पूर्णम् ।।

ஸ்ரீமத்வால்மீகி ப்ரணீதே ஆதிகாவ்யே ஸ்ரீமத்ராமாயணே
யுத்தகாண்ட 107 ஸர்க்கே ஆதித்யஹ்ருதயம் ஸம்பூர்ணம்

ஸ்ரீவால்மீகி முனிவர் அருளிய ஆதிகாவ்யமாகிய ஸ்ரீமத் ராமாயணத்தில் யுத்தகாண்டத்தில் 107—வது ஸர்க்கத்திலுள்ள ஆதித்யஹ்ருதய ஸ்தோத்ரம் நிறைவடைந்தது.

ध्यानम् - த்யானம்

जयतु जयतु सूर्य सप्तलोकैक दीपं
किरणशमित पाप-क्लेश-दुः खस्य नाशम् ।
अरुणकिरण गम्यं आदिं आदित्यमूर्तिं
सकलभुवन-वन्द्यं भास्करं तं नमामि ।।

ஜ^{3}யது ஜ^{3}யது ஸூர்யம் ஸப்தலோகைகதீ^{3}பம்
கிரண ச'மித பாப'க்லேச து^{3}:க^{2}ஸ்ய நாச'ம்।
அருண கிரண க^{3}ம்யம் ஆதி^{3}ம் ஆதி^{3}த்ய மூர்த்திம்
ஸகல பு^{4}வன வந்த்^{3}யம் ப^4ாஸ்கரம் தம் நமாமி॥

पञ्चपूजा - பஞ்ச பூஜை

लं	-	पृथिव्यात्मने	-	गन्धं समर्पयामि।
हं	-	आकाशात्मने	-	पुष्पैः पूजयामि ।।
यं	-	वाय्वात्मने	-	धूपमाघ्रापयामि।
रं	-	अग्न्यात्मने	-	दीपं दर्शयामि।
वं	-	अमृतात्मने	-	अमृतं महानैवेद्यं निवेदयामि।
सं	-	सर्वात्मने	-	सर्वोपचार पूजां समर्पयामि।

லம்	–	ப்ருதி^{2}வ்யாத்மனே	–	க^{3}ந்த^{4}ம் ஸமர்ப்பயாமி।
ஹம்	–	ஆகாசாத்மனே	–	புஷ்பை: பூஜ^{3}யாமி।
யம்	–	வாய்வாத்மனே	–	தூ^{4}பம் ஆக்^{4}ராபயாமி।
ரம்	–	அக்^{3}ன்யாத்மனே	–	தீ^{3}பம் த^{3}ர்ச'யாமி।
வம்	–	அம்ருதாத்மனே	–	அம்ருதம் மஹா நைவேத்^{3}யம் நிவேத^{3}யாமி।
ஸம்	–	ஸர்வாத்மனே	–	ஸர்வோபசாரபூஜ^3ாம் ஸமர்ப்பயாமி॥

प्रार्थना - ப்ரார்த்தனை

गुह्याति गुह्यगोप्ता त्वं गृहाणास्मत्कृतं जपम् ।
सिद्धिर्भवतु मे देव त्वत्प्रसादान्मयिस्थिरा ।।

கு3ஹ்யாதி கு3ஹ்ய கே3ாப்தா த்வம்
க்3ருஹாணாஸ்மத் க்ருதம் ஜ3பம் ।
ஸித்3தி4ர்ப4வது மே தே3வ
த்வத்ப்ரஸாதா3ன்மயிஸ்திரா ॥

மிகவும் பத்திரமான, யாவரும் அறியாதவண்ணம் ரஹஸ்யமான ஒன்றைக் காத்தருள்பவர் நீர். ஆகவே, என்னால் செய்யப்பட்ட இந்த ஜபத்தினை க்ருபை செய்து ஏற்றுக் கொள்வீராக. அத்தகைய உம்முடைய திருவருளால் எனக்கு நிலையான ஸித்தியானது உண்டாகட்டும்.

श्री आदित्यहृदय उत्तराङ्ग न्यासादिकं संपूर्णम्

ஸ்ரீ ஆதித்யஹ்ருதய உத்தராங்க ந்யாஸாதிகம் ஸம்பூர்ணம்.

श्री सूर्य मन्त्रः ஸ்ரீ ஸூர்ய மந்த்ரம்

आसत्येन रजसा वर्तमानो निवेशयन्नमृतं मर्त्यञ्च ।
हिरण्ययेन सविता रथेनादेवो याति भुवना विपश्यन् ।।

ஆஸத்யேனரஜ3ஸா வர்தமானோ
நிவேசயன்நம்ருதம் மர்த்யஞ்ச ।
ஹிரண்யயேன ஸவிதா ரதே2நாதே3வோ
யாதி பு4வனா விபச்யன் ॥

अधिदेवता मन्त्रः - ஆதிதேவதா மந்த்ரம்

अग्निं दूतं वृणीमहे होतारं विश्ववेधसं
अस्य यज्ञस्य सुक्रतुम् ।।

அக்^{3}னிம் தூ^{3}தம் வ்ருணீமஹே ஹோதாரம் விஷ்வவேதஸம்।
அஸ்ய யஜ்^{3}ஞஸ்ய ஸுக்ரதும்॥

प्रत्यधिदेवता मन्त्रः ப்ரத்யதிதேவதா மந்த்ரம்

येषामीशे पशुपतिः पशूनां चतुष्पदामुत च द्विपदाम् ।
निष्क्रीतोऽयं यज्ञियं भागमेतु रायस्पोषा यजमानस्य सन्तु ।।

யேஷாமீசே பசுபதி: பசூனாம்
சதுஷ்பதாமுத ச த்^{3}விபதா^{3}ம் ।
நிஷ்க்ரீதோ ऽயம் யஜ்^{3}ஞியம் ப^4ாக^{3}மேது
ராயஸ்போஷா யஜ^{3}மானஸ்ய ஸந்து॥

अधिदेवता प्रत्यधिदेवता समेत भगवते सूर्याय नमः
।। ओम् श्री सूर्यमन्त्रः सम्पूर्णः ।।

அதி^{4}தே^{3}வதா ப்ரத்யதி^{4}தே^{3}வதா ஸமேத ப^{4}க^{3}வதே ஸூர்யாய நம:
।। ஓம் ஸ்ரீ ஸூர்ய மந்த்ர: ஸம்பூர்ண:॥

மிக உண்மையான ஒளியினால் எல்லா இடங்களிலும் இருந்து மரணம் இல்லாத தேவதைகளையும் மனிதர் களையும், தான் ஒருவனே ஸாக்ஷி பூதனாக இருந்து, அவர் அவர்களுக்கு உரியதான செயல்களைச் செய்பச் செய்து, உலகிற்கு வலுவைத்தருபவரான ஸ்வயம் ப்ரகாசனான, அந்தப் பகலோன் பொன்மயமான தேரில் ஏறி ஈரேழு பதினான்கு உலகங்களையும் நல்ல முறையில் பார்த்த வண்ணம் வானவெளியில் ஸஞ்சாரம் செய்கிறார்.

ஸ்ரீ ஸூர்ய மந்த்ரம் நிறைவுற்றது.

श्री सूर्यगायत्री (ஸ்ரீ ஸூர்ய காயத்ரீ)

अश्वध्वजाय विद्महे पाशहस्ताय धीमहि ।
तन्नस्सूर्यः प्रचोदयात् ।।

அச்'வத்4வஜா3ய வித்3மஹே பாச'ஹஸ்தாய தீ4மஹி ।
தன்னஸ்ஸூர்ய: ப்ரசோத3யாத் ।।

श्री सूर्यगायत्री संपूर्णा । ஸ்ரீஸூர்ய காயத்ரீ ஸம்பூர்ணா ।

ध्यानम् - த்யானம்

ग्रहाणामादिरादित्यो लोकरक्षणकारकः ।
विषमस्थान संभूतां पीडां हरतु मे रविः ।।

க்3ரஹாணாமாதி3ராதி3த்யோ லோகரக்ஷண காரக:
விஷமஸ்தா2ன ஸம்பூ4தாம் பீடா3ம் ஹரது மே ரவி: ।।

இந்த ஸூர்யதேவன் குதிரைக் கொடி உடையவன். பாசத்தைக் கையில் ஏந்தியவன், அவனை நாம் வணங்கி வழிபடுவோமானால்; எல்லாவகை நோய்களும் தீரும், ஆயுள் வளரும், ஆரோக்யம் உண்டாகும், பாவங்கள் விலகும். ஸூர்ய பகவானின் காயத்ரீ மந்த்ரம் இது. இதை ஒவ்வொரு நாளும் 1008, 108 என்ற கணக்கில் யதாசக்தி ஜபித்து வருவது நல்லது. க்ரஹங்களுள் முதல்வன் ஆதித்யன்; உலகைக் காக்கும் செயல் உடையவன்; விஷமஸ்த்தானத்தில் உண்டாகிற எமது பீடைகளை ரவி என்கிற அந்த ஸூர்ய பகவான் போக்கட்டும்.

மந்திரமும் உரையும் நிறைவுற்றது.

AADITYA HRUDAYA STOTRAM

(SANSKRIT - TAMIL WITH MEANING)



GIRI

ISBN No. : 81-7950-143-4





Price Rs.8.00